RUGBI

COLŢUL SPECIALISTULUI

DESPRE CERINŢELE DE BAZĂ ALE ATACULUI INDIVIDUAL

Prin prisma factorilor antrenamentului sportiv, se pare că cel mai greu în rugbiul de performanţă este de a asocia în acţiunile de joc individuale, aceste 4 aspecte: fizic, tehnic, tactic şi moral.

Din marele număr de jocuri de rugbi susţinute şi cîştigate în majoritatea lor covîrşitoare de sportivii romîni, s-a desprins totuşi un fapt caracteristic şi anume, acela că jucătorii nu rezolvau uneori cu destulă pricepere şi fineţe fazele de joc simple, care cer pentru finalizare o singură acţiune, fie că e vorba de a pasa din placaj, de a fixa adversarul direct, de a pasa la momentul oportun etc. De prea multe ori s-au ratat încercări din apropierea terenului de ţintă în faze unde rezolvarea de moment a fost săracă, stîngace şi inoportună. În fazele greşit rezolvate, lipsa esenţială a constat fie în necunoaşterea (ca procedeu, posibilitate), fie în nepriceperea de a executa sau de a aprecia aspectul principal cerut de acţiunea tactică: pasă din placaj sau pasă din apropierea adversarului, frînarea alergării pentru a-şi lua adîncime, sesizarea încrucişării, trimiterea ori chemarea partenerului pe pasă (şi simţul de a reacţiona prompt al acestuia) etc.

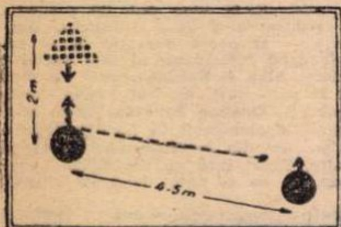


Fig. 1

Vă prezentăm mai jos cîteva situaţii de joc, pe cît de importante, pe atît de uşor de înţeles, dar care sînt încă insuficient de bine aplicate:

PASA DIN APROPIEREA ADVERSARULUI. Este un procedeu tehnic întîlnit nu numai în cazul unei faze 2 contra 1, ci şi în orice fază de joc unde jucătorii atacului efectuează din alergare trecerea balonului de la unul la altul. Aici, aspectul principal, dominant, este de a pasa atunci cînd adversarul care îţi se opune este mai aproape de tine decît de cel căruia tu îi trimiţi balonul (fig. 1). Pasînd mai înainte, adică atunci cînd adversarul care îţi se opune direct se află la o distanţă mai mare decît lungimea pasei (de la tine la cel căruia îi pasezi), acest apărător va avea timp să contribuie la întărirea apărării (fig. 2). În cazul unor asemenea pase rapide în mod pripit şi deloc tactice, un singur apărător poate ţine fără nici o dificultate doi atacatori, iar un atac supranumeric de 4 contra 2 poate rata! Deci, pentru reuşita de ordin tactic a fazei, se cere a se pasa atunci cînd apărătorul ce îţi se opune se află la circa 2 m, în cazul unei pase de 4—5 m. Jucătorul în posesia căruia se află balonul, trebuie să-şi moduleze frecvenţa paşilor (nu să-şi încetinească alergarea!) astfel încît, potrivindu-şi paşii, să observe bine din faţă (sau uşor lateral — faţă) apărătorul ce i se opune, în scopul de a-l atrage la distanţa voită. O dată realizat acest lucru (atragerea apărătorului la distanţă convenabilă: 2 m), se va pasa rapid şi precis, jucătorul cu balonul trebuind întîi să vadă partenerul căruia îi pasează şi apoi să-i transmită balonul. O greşeală care se întîlneşte relativ frecvent în aceste faze este aceea că purtătorul balonului pasează privind la cel ce vine spre el (teamă de placaj?...) şi în acest fel pasa este de multe ori ratată. În această fază se cere deci: 1. atragerea adversarului; 2. privirea spre partener şi (imediat) 3. pasa.

FIXAREA ADVERSARULUI. Este o acţiune de tactică individuală specifică atacatori-

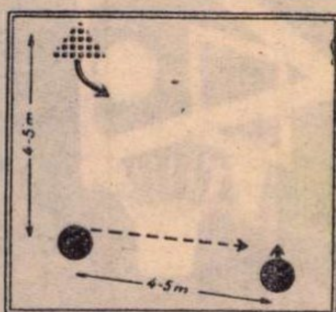


Fig. 2

lor cărora încă din depărtare (10—15 m) li se precizează adversarul direct: jocul om la om al centrilor şi aripei pe 3/4. Pentru a reuşi, fixarea adversarului necesită primirea balonului din vreme, astfel încît fiind în posesiunea balonului atacatorul să poată executa cîţiva paşi de alergare spre adversarul său direct. Fixarea adversarului cuprinde următoarele momente succesive: 1. primirea balonului la o distanţă de 10—15 m de adversarul direct; 2. alergarea cu balonul direct spre adversarul ce i se opune (perechea antagonistă — tip în jocul 3/4 începînd de la primul centru); 3. Schimbarea bruscă a direcţiei de la 3–4 m de adversar. Semnalăm aici faptul esenţial că în marcajul om la om al centrilor liniei de 3/4, prin schimbarea direcţiei se realizează: a) o menţinere a iniţiativei în fază pentru atacator; b) o depăşire în lateral cu 1,5—2 m (în funcţie de amplitudinea paşilor şi forţa picioarelor) şi care trebuie menţinută; c) cîştigarea unui timp de mişcare în plus pe noua direcţie, faţă de apărătorul care — obligat la replică — face aceleaşi mişcări dar cu un timp de mişcare după purtătorul balonului. Din fixarea adversarului se poate realiza fie depăşirea directă prin viteză, fie demarcarea partenerului dintr-un atac iniţial egal numeric, atunci cînd în acelaşi timp cu schimbarea direcţiei efectuată de centrul doi, aripa acestuia va face acelaşi lucru (fig. 3).

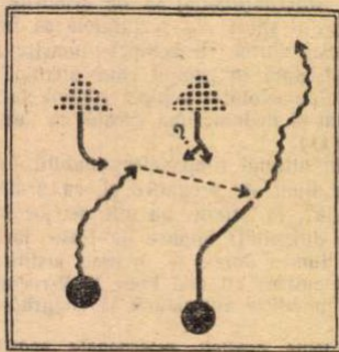


Fig. 3

PERCUTIA INDIVIDUALA. Este una din acţiunile ofensive cele mai moderne, în fazele de joc în care purtătorul balonului, la iminentul contact cu un adversar, nu-l evită (alergare care face jocul lateral), ci din contra îl caută, îl fixează şi-i dă un puternic şoc (percuţie) în momentul contactului, ferind balonul. În acest fel, atacatorul caută ca între balonul ce-l poartă şi adversarul ce i se opune să-şi pună propriul său corp drept paravan şi face acest lucru conştient, curajos şi cu fermitate. Atacatorul cu balonul în palme, intenţionînd să percuteze el apărătorul ce i se opune, păstrează iniţiativa în joc şi la cea mai mică greşeală a apărătorului (ezitare în placaj sau placaj greşit) poate scăpa el însuşi sau pasa bine balonul (realizînd aici o ideală fixare a adversarului şi o bună pasă din placaj). De notat că împotriva jocului de percuţie cel mai bun remediu este de a placa puternic şi fără greşeală! Ca momente succesive, percuţia cere în primul rînd apropierea în viteză de adversarul care îţi se opune şi nicidecum oprirea alergării, întoarcerea spatelui şi căutarea partenerului căruia să-i treci sarcina prea grea de a ţine balonul. Următorul moment este interpunerea din mişcare a propriului corp între balon şi apărător, pentru ca, în fine, ultimul moment să fie acela al percuţiei propriu-zise, efectuată puternic cu corpul, balonul însă cît mai liber cu putinţă pentru a fi jucat conform cu faza.

Am prezentat aceste trei procedee specifice jocului modern de atac în intenţia ca jucătorii noştri să le cunoască nu numai pentru a se apăra împotriva lor, ci şi pentru a le pune în practică ei înşişi în atac. Sînt convins că rugbiştii romîni posedă reale calităţi şi aptitudini de a trece de la un excelent joc de apărare la un bun joc de atac, simplu şi eficace, care avînd la bază apărarea remarcabilă subliniată mai sus, trebuie să constituie depăşirea actualului stadiu valoric (apărarea fără greşeală) şi să realizeze apărare excelentă şi atac.

Prof. NICULAE PĂDUREANU
antrenor al lotului R.P.R. maestru al sportului

Ultima etapă a campionatului

Campionatul republican de rugbi se încheie mîine, cînd jucătorii echipei Steaua vor primi tricourile de campioni ai acestei mult disputate ediţii a campionatului. Dacă militarii nu mai au nici un fel de emoţii şi rezultatul de mîine nu mai poate influenţa poziţia lor de lideri, componenţii celorlalte formaţii — şi în special ai celor situate în partea finală a clasamentului — au de susţinut examene grele în această ultimă etapă a campionatului. Dintre jocurile programate în etapa a XXII-a, reţin atenţia — în primul rînd — cele din cuplajul pe care-l va găzdui stadionul Steaua (de la Ghencea). Dinamoviştii — ocupanţi ai locului II în clasamentul general — vor întîlni Ştiinţa Timişoara care, teoretic, nu mai poate evita barajul pentru un loc în viitoarea ediţie a campionatului. În cel de al doilea meci, Steaua primeşte vizita ieşenilor şi rămîne de văzut dacă militarii vor încheia acest campionat fără nici o înfrîngere. Astăzi, are loc pe stadionul Progresul, partida dintre Progresul şi Gloria. În ţară: Rulmentul Bîrlad — Farul Constanţa, *joc deosebit de important pentru stabilirea ultimelor două echipe din clasament;* Ştiinţa Petroşeni — Griviţa Roşie *şi* Ştiinţa Cluj — Unirea.

Programul MANIFESTAŢIILOR SPORTIVE DIN CAPITALĂ

SÎMBĂTĂ

RUGBI: Stadionul Progresul, ora 15,00: Progresul — Gloria.

TIR: Poligonul Dinamo: ultima etapă a Campionatului Capitalei, seniori şi senioare pe echipe, la probe speciale.

FOTBAL: Stadionul Republicii, ora 12,45: Dinamo Victoria — Unirea Răcari; ora 14,30: Dinamo — Petrolul (cat. A).

LUPTE: Sala Giuleşti, ora 10, etapa a III-a a Campionatului pe echipe.

DUMINICĂ

RUGBI: Stadionul Steaua, de la ora 9: Dinamo — Ştiinţa Timişoara şi Steaua — C.S.M.S. Iaşi. Stadion Progresul ora 11,30: Rapid — Ştiinţa I.C.F. (finala camp. orăşenesc de calificare).

TIR: Poligonul Dinamo, ora 9,00: ultima etapă a Campionatului Capitalei, seniori şi senioare, pe echipe la probe speciale.

Poligonul Tunari, ora 9,30: Dinamoviada.

ATLETISM: Stadionul Tineretului, ora 10,00: etapa a II-a a campionatelor universitare pe anul 1963—1964.

Stadionul Voinţa, ora 9,00: Campionatul R.P.R. de cros pe echipe, faza orăşenească.

HANDBAL: Teren Dinamo, de la ora 8,00: turneu-fulger (2 reprize a 15 minute) pentru echipe de juniori. Participă: două selecţionate ale Capitalei, Dinamo, S.S.E. nr. 2, Rafinăria Teleajen şi Petrolul Ploieşti.

FOTBAL: Stadionul Republicii, ora 12,45: Steaua — Viitorul Electronica (camp. orăşenesc de copii); ora 14,30: Steaua — Farul (cat. A); teren Gloria, ora 10: Metalul — Flacăra Moreni (cat. B); teren Timpuri Noi, ora 10:



Flacăra Roşie — Victoria Giurgiu (cat. C); teren Veseliei, ora 11: Dinamo Victoria — Farul Constanţa; Stadionul Giuleşti, ora 10: Rapid — Tehnometal; Stadionul Dinamo, ora 11,45: Dinamo Buc. — Portul Constanţa; Teren 23 August II, ora 9: Metalul — Cl. sp. şcolar; Teren Ştiinţa Tei, ora 11: Ştiinţa Buc. — Victoria Giurgiu; Teren Steaua, ora 12,30: Steaua — Progresul Buc. (meciuri în cadrul campionatului republican de juniori).

SCRIMA

FLORETISTA MARIA VICOL (PROGRESUL) ESTE NOUA CAMPIOANĂ A ŢĂRII PE ANUL 1963

(Urmare din pag. 1)

sale adversare şi ripostează prompt. În cele din urmă Vicol, superioară sub raport tactic, şi mai calmă în momentele decisive, punctează consecutiv şi cîştigă asaltul cu 4—1...

Noua campioană a ţării pe anul 1963, **Maria Vicol** a realizat 6 meritate victorii: 4—2 cu **Stanca**, 4—3 cu **Grieb** şi 4—1 cu **Ene**, **Ştefănescu**, **Dragoş** şi **Iencic**. De relevat frumoasa comportare a floretistei **Ecaterina Iencic**, în vădit progres, ca şi revenirea **Anei Ene**. Merituoase şi evoluţiile celorlalte, a **Suzanei Olajoş** mai ales (victorie cu 4—1 asupra campioanei!). În schimb, total needificatoare prezenţa **Marinei Stanca** care n-a realizat, în finală, nici o victorie.

O notă bună pentru organizare şi arbitraj (**Cornel Georgescu, Gh. Matei, Tănase Mureşan** şi **E. Meşter**).

CLASAMENT GENERAL: 1. **Maria Vicol** (Progresul) 34 p; 2. **E. Iencic** (Unio Satu Mare) 30 p; 3. **A. Ene** (Progresul) 24 p; 4. **S. Olajos** (S.S.E. Satu Mare) 24 p; 5. **L. Grieb** (Steaua) 21 p; 6. **Gl. Ştefănescu** (Progresul) 17 p; 7. **M. Lutki** (Unio Satu Mare) 17 p; 8. **G. Sachelarie** (Steaua) 16 p.

Punctajul este stabilit prin adiţiunea victoriilor realizate de cele 8 finaliste, în ambele manşe ale finalei.

În întrecerea pe echipe desfăşurată vineri, formaţia clubului sportiv Progresul a ocupat locul 1. Pe locurile următoare: Unio Satu Mare, Steaua şi Petrolul Ploieşti.

Astăzi, în aceeaşi sală au loc întrecerile din cadrul probei de spadă, individual. Mîine, în ultima zi a finalelor, proba de spadă pe echipe.

NATAŢIE



MARIUCA ROTARU



CRISTINA BALABAN

Progres în sectorul nataţiei feminine; rămînere în urmă, la băieţi

Am intrat în luna noiembrie şi concursurile de nataţie continuă să se desfăşoare în aer liber. Înotătorii noştri fruntaşi abia au terminat confruntarea cu valoroşii înotători din Berlin şi iată-i acum în R. S. Cehoslovacă, gata pentru întrecerile programate astăzi şi mîine la Zilina

Este bine aşa. Concursurile în compania unor adversari redutabili asigură o pregătire continuă, temeinică, în vederea îndeplinirii cu succes a obiectivelor trecute în calendarul competiţional. De la 17 august şi pînă în prezent înotătorii noştri de performanţă — fete şi băieţi — au luat parte la patru mari competiţii, cei mai buni dintre ei întrecînd o serie de recorduri republicane, iar alţii îmbunătăţindu-şi cele mai bune performanţe.

★

Privind rezultatele realizate în acest sezon, este uşor de constatat faptul că fetele au luat-o mult înaintea băieţilor. Cu excepţia cîtorva probe (100 m spate, 400 m liber, 200 m bras), înotătoarele noastre au corectat toate celelalte recorduri. Reiese mai clar aceasta din tabelul alăturat, în care figurează recordurile obţinute în acest sezon. În paranteză sînt trecute recordurile la sfîrşitul anului 1962.

100 m liber: 1:06,8 (1:07,8)
800 m liber: 11:24,8 (11:34,7)
1500 m liber: 21:33,6 (22:15,9)
100 m bras: 1:21,3 (1:23,2)
100 m fluture: 1:13,5 (1:16,6)
400 m mixt: 5:49,8 (5:59,3)
4x100 m liber: 4:34,7 (4:47,4)
4x100 m mixt: 5:05,6 (5:08,0)

Dintre recordurile stabilite anul acesta, cel mai valoros este cel din proba de 100 m bras (1:21,3). Zoe Reznicenco, *posesoarea acestui record, are numai 15 ani. Pe viitor ea este capabilă să coboare sub 80 sec., cifră care consacră definitiv o brasistă. În proba clasică de 200 m, Zoe Reznicenco a realizat în acest sezon timpul de 2:58,2, apropiindu-se la 1,2 sec. de norma olimpică. În real progres se află şi* Măriuca Rotaru. *Ea a corectat simţitor recordul probei 100 m fluture, aducîndu-l, deocamdată la 1:13,5 — timp cu care a realizat norma olimpică (1:14,0). Şi Măriuca Rotaru este capabilă de noi salturi calitative. Pentru aceasta va fi însă necesar să aducă îmbunătăţiri stilului, întrucît, în momentul de faţă, între mişcarea braţelor şi cea a picioarelor nu există o bună coordonare. Măriuca Rotaru trebuie să ştie că un stil defectuos înseamnă o risipire a forţelor, înseamnă cîteva bune secunde în... minus.*

Un exemplu de conştiinciozitate, de dorinţă permanentă de a se depăşi, îl constituie Cristina Balaban. *Înotătoarea dinamovistă a debutat furtunos în acest sezon, corectînd cu foarte multe secunde recordurile probelor 800 m şi 1500 m liber. Speram atunci (în luna iunie) că şi recordul probei 400 m liber (5:14,2 din 19 septembrie 1959) nu mai are mult de trăit. Cristina Balaban s-a apropiat doar la 3,1 sec. de el, realizînd mult mai mult la 400 m mixt individual, probă, de asemenea, clasică. De la 5:59,3 Cristina a „sărit" la 5:54,4 (cu prilejul Dinamoviadei) şi acum la 5:49,8 un rezultat apreciat în ierarhia europeană.*

Nu este vorba doar de cîteva nume, de cîteva rezultate izolate. Zoe Reznicenco este „urmărită" îndeaproape de înotătoarea din Tg. Mureş, Maria Clos, *Măriuca Rotaru are o serioasă concurentă în* Nicoleta Ştefănescu, *fosta recordmană a probei. Eleva antrenorului* Constantin Vasiliu *a prins din nou încredere în forţele sale şi, după un 1:15,3 (obţinut la penultima competiţie internaţională) a reuşit sîmbătă, 1:14,5, timp la numai 5/10 sec. de norma olimpică.*

Progresul, ceva mai masiv ca în anii trecuţi, este demonstrat şi de recordurile înregistrate la cele două ştafete (4:34,7 la 4x100 m liber şi 5:05,6 la 4x100 m mixt) ca şi de numeroasele recorduri personale.

★

Ce-au făcut băieţii în acest timp: au îmbunătăţit şi ei cîteva recorduri (foarte puţine), dar în general s-au mişcat mai greoi, nereuşind să dea tot ceea ce se aştepta de la ei. Au pierdut — este clar — întrecerea cu colegele lor şi lucrul acesta ar trebui să-i pună pe gînduri...

G. NICOLAESCU

Astăzi şi mîine, la Zilina: Cehoslovacia—Romînia

După cum am mai anunţat, reprezentativele de nataţie ale Cehoslovaciei şi Romîniei se întîlnesc astăzi şi mîine în oraşul Zilina. Timp de două zile se vor desfăşura (în bazinul acoperit de 50 m din localitate) întreceri de înot, sărituri şi polo pe apă.

La înot, selecţionata ţării noastre va alinia următorul lot: MASCULIN: *Emil Voicu, Cornel Georgescu, Mircea Căprărescu, Ştefan Kroner, G. Ligner* (în probele de liber), *Dumitru Caminschi, Mihai Potoceanu* (spate), *Alex. Popescu, Nicolae Tat* (fluture), *Alex. Schmaltzer, Aurel Zahan, Anghel Soptereanu* (bras), *D. Naghi* (400 m mixt individual); FEMININ: *Ingrid Ungur, Vasilica Rotaru, Cristina Balaban, Măriuca Rotaru* (liber), *Monica Dimescu, Anca Trohani* (spate), *Măriuca Rotaru, Nicoleta Ştefănescu* (fluture), *Zoe Reznicenco, Maria Klos* (bras), *Cristina Balaban* (400 m mixt individual). La sărituri, ţara noastră va fi reprezentată de *Pantelimon Decuseară, Ion Ganea, G. Ungureanu,* iar la polo pe apă de o echipă alcătuită din jucători tineri: *Ciser, Mărculescu, Lenghel, Gruia Novac, Gh. Zamfirescu, V. Ţăranu, I. Popa* etc.